

Návrh doprovodných opatření k projektu „Ovoce do škol“

Základním cílem projektu „Ovoce do škol“ je přispět k trvalému zvýšení spotřeby ovoce a zeleniny, vytvořit stravovací návyk ve výživě dětí, bojovat proti epidemii dětské obezity a zvrátit klesající spotřebu ovoce a zeleniny.

Z účasti škol v projektu vyplyne kromě využití dotovaného ovoce a zeleniny povinnost doprovodných opatření, která podpoří efektivitu projektu a svou povahou povedou ke změnám stravovacích návyků.

Tento návrh má především sloužit jako doporučení školám, jak lze žáky vést ke konzumaci ovoce a zeleniny. Vedení žáků ke zvýšení konzumace ovoce a zeleniny může následně ovlivnit formování žákovy osobnosti v oblasti zdravého životního stylu. Považujeme tedy za důležité uvést mezioborové přesahy dané problematiky do konkrétních vzdělávacích oblastí (u vzdělávací oblasti Člověk a jeho zdraví je pro 1. stupeň myšlen pouze vzdělávací obor Tělesná výchova). Velkou možností realizace projektu nabízí také průřezové téma Environmentální výchova.

A. Formy a metody práce, realizace projektu ve škole

Cíle základního vzdělávání lze ve školách naplňovat především **následujícími formami a metodami práce** při realizaci projektu „Ovoce do škol“:

- dny (týdny) zdraví ve škole se zaměřením na rozšíření informací o ovoci a zelenině a význam zvýšení jejich konzumace (druhy ovoce a zeleniny, původ různých druhů ovoce a zeleniny, význam konzumace ovoce a zeleniny pro zdraví...),
- soutěže (třídní, školní, v rámci obce, celostátní...) s využitím tematiky ovoce a zeleniny,
- školní projekty, nebo zapojení se do celostátního projektu (viz příklady dobré praxe na www.rvp.cz a nabídka podpůrných programů v Příloze):
 - zaměřené na problematiku zvýšení konzumace ovoce a zeleniny,
 - projekty v rámci Environmentální výchovy se zaměřením na ochranu a péči o životní prostředí, ekologické zemědělství, bioprodukty apod.,
- osvětové přednášky a programy realizované externími odborníky na téma zdraví, správné výživy, význam konzumace ovoce a zeleniny, pravidla bezpečného zpracování a konzumace ovoce a zeleniny (hygienická pravidla při zpracování a konzumaci ovoce a zeleniny, posuzování kvality, pravidla vhodného výběru ovoce a zeleniny z hlediska kvality, alergie apod. – možnost využití projektu MZe „Informační centrum bezpečnosti potravin“ www.bezpecnostpotravin.cz, www.viscojis.cz a projektu České iniciativy pro astma „7 a 7x o alergii a astmatu pro školu“ www.cipa.cz),
- návštěvy, exkurze do podniků, závodů a farem, zabývajících se pěstováním a zpracováním ovoce a zeleniny s cílem rozšířit vědomosti a dovednosti žáků o pěstování, zpracování a dalším využití ovoce, také v souladu s principy vzdělávání k udržitelnému rozvoji.

Další aktivizující metody a formy práce:

- **hra** – nejrůznější didaktické hry se zaměřením na problematiku ovoce a zeleniny, ochranu přírody, správné výživy, péče o zdraví, předcházení nemocem (druhy ovoce a zeleniny, význam jejich konzumace, skladba jídelníčku, recepty pro přípravu jednoduchých ovocných a zeleninových jídel apod.),
- **metody práce s textem** – vyhledávání a zaznamenávání informací, dramatizace textu s tematikou ovoce a zeleniny,
- **využití audio-vizuálních pomůcek** k přiblížení a konkrétní názornosti tematiky ovoce a zeleniny, obsahu prospěšných látek, pěstování a zpracování ovoce a zeleniny apod.
- **praktické činnosti na školním pozemku**, v koutku živé přírody, v laboratoři, školní kuchyňce atd. – nabízí žákům získání praktických dovedností, které lze aplikovat v životě (laboratorní sledování, pěstitelství, uchovávání ovoce a zeleniny, hygienická pravidla při zpracování a konzumaci, způsoby zpracování apod.).
- **pohybové aktivity jako součást zdravého životního stylu**
- **nonverbální metody typu grafických a výtvarných prací** k tematice ovoce a zeleniny, výživová pyramida apod.

Uvedené postupy realizace projektu pro první stupeň dle RVP ZV a RVP ZV – LMP, RVP ZŠS Díl I. a Díl II. jsou pouze doporučující. Škola při realizaci projektu „Ovoce do škol“ vychází především ze svých podmínek edukace a speciálních vzdělávacích potřeb žáků. Výborným námětem jsou již existující programy – (viz příklady dobré praxe na www.rvp.cz a nabídka podpůrných programů v Příloze).

B. Tematika projektu „Ovoce do škol“ v RVP a ŠVP

Vysvětlování smyslu projektu, jeho cílů a výsledků, které by měl přinést, může maximálně prospět zařazení této problematiky do výuky, do jednotlivých vyučovacích předmětů, do aktivit realizujících průřezová témata a do projektů realizovaných školou v rámci školního vzdělávacího programu. Ze vzdělávacích oblastí (vyučovacích předmětů) tematickému zaměření projektu „Ovoce do škol“ nejvíce konvenuje vzdělávací oblast Člověk a zdraví, ale i oblast Člověk a jeho svět a Člověk a svět práce. Pro realizaci projektu „Ovoce do škol“ by bylo ideální, kdyby si škola žádající o podporu vypracovala program realizace projektu v jednotlivých předmětech, či oblastech vzdělávání.

C. Spolupráce s rodinou

Jedním z nejdůležitějších prvků celého projektu by měla být co nejužší spolupráce s rodinou. Tato spolupráce může být uskutečňována:

- aktivní účasti rodičů na realizaci školních projektů,
- zapojením rodičů do vyhodnocování projektu (hodnotící dotazníky),
- sponzorstvím.

D. Hodnocení projektu „Ovoce do škol“

Hodnocení projektu Ovoce do škol proběhne prostřednictvím:

- hodnotících dotazníků zaměřených na zvýšení spotřeby ovoce a zeleniny a změnu stravovacích návyků (žáci, učitelé, rodiče), dotazník bude zveřejněn na webu MŠMT
- vyhodnocením a popisem realizace projektu na webových stránkách
- rychlým šetření ÚIV (zadá MŠMT) zaměřená na realizaci a úspěšnost projektu

Příloha:

Tato příloha nebude součástí informace pro školy, ale bude zveřejněna na Metodickém portálu www.rvp.cz (viz. bod A materiálu).

Podpůrné programy

Přehled podpůrných programů zabývajících se výživou dětí a mládeže a prevencí obezity.				
Název programu	základní charakteristika, cíle	formy realizace	komu je program určen	kontakty
Putování za zdravým jídlem	Jedná se o interaktivní projekt na zlepšení znalostí dětí mladšího školního věku o správné výživě. Záměrem programu je ovlivnit postoje dětí ke konzumaci zdraví prospěšných potravin. Zábavnou formou hry s prvky soutěže se děti učí vybírat "zdravé potraviny" a orientovat se v široké nabídce potravin na našem trhu. Důraz je kladen na teoretické znalosti a výživě (např. pyramida výživy), ale také na praktické dovednosti (např. nákup a označování potravin, hygienické aspekty uchovávání potravin). Cílem projektu je zvýšení znalostí dětí mladšího školního věku o správné výživě formou soutěže. Projekt přispívá k naplňování programu ZDRAVÍ 21 – CÍL 11 – zdravější životní styl.	soutěžní hra , která má stanoviště: 1. Zdraví prospěšné potraviny, 2. Zvědavá kostka, 3. Nákup potravin, 4. Pyramida zdravé výživy.	4. a 5. ročník	Mgr. Jana Dřevová, PhD. Státní zdravotní ústav Praha, regionální pobočka Hradec Králové, tel. 495 058 331
Pyramidáček	Jedná se o edukační materiál pro učitelky v mateřských školách s pomůckami a návody pro vedení hodin s tematikou zdravého životního stylu, především výživy. Metodika je rozdělena do šesti tematických okruhů, vždy záleží na učiteli, jak dlouho se zdrží u jednotlivých témat. Metodický manuál pro učitele obsahuje informace o správné výživě, náměty na úkoly pro učitele a doplněn je pracovními listy pro žáky. Manuál se zabývá informacemi o důležitosti výchovy ke správné výživě, návrhem učiva a očekávanými výstupy, které by měli žáci zvládnout v rámci předmětu výchova ke zdraví v prvním druhém období základního vzdělávání. Didaktická část manuálu obsahuje vždy Pyramidáčekův příběh, který má za úkol motivovat žáky k činnosti, náměty na úkoly do vyučování a pracovní listy pro žáky. Náměty jsou řazeny dle jednotlivých pater pyramidy. Učitel postupně řeší s žáky určité patro pyramidy, přičemž jako pomůcku k výuce si může vybrat některé z navržených úkolů. Náměty na úkoly nejsou rozděleny pro jednotlivá období, závisí tedy na učiteli, který úkol zařadí do své výuky.	hry, úkoly, soutěže, říkadla a příběhy o Pyramidáčkovi	mateřská škola, 1.-3. ročník, 4.-5. ročník	Mgr. Gajdošová Jitka, SZÚ Praha, Brno, tel. 545 425 355, e-mail: gajdosova.szu@centrum.cz
Hubneme s Bumbrlíkem	Jedná se o metodiku pro lektory skupinového kurzu snižování nadváhy pro děti v doprovodu rodičů. Informace o zdravé stravě zpracovaná hravou formou pro děti, ale i přímá pohybová aktivita spolu s rodiči. Metodiky, uváděné výše nebyly dosud v Pardubickém kraji realizovány, nicméně jedná se o velmi vydařené programy, které můžeme zodpovědně doporučit. Metodiky obou programů jsou k dispozici.	10 lekcí, zapojení rodičů	školní věk	Zdravotní ústav se sídlem v Brně, Gorkého 6, 602 00 Brno, e-mail: sekretariat@zubrno.cz
Klub STOB	Terapie dětské obezity v rámci rodinných kurzů založená na kognitivně behaviorálním přístupu.	Základní program je strukturován do 12 lekcí , vždy 1x do týdne, 60 minut pohybové aktivity a 90 minut skupinové terapie . Kurzu se účastní aktivně dítě alespoň jeden dospělý z rodiny.	školní věk	PhDr. Iva Málková, STOB, Poljanovova 3158, Praha 4, 143 00, e-mail: malkova@stob.cz, www.stob.cz